

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Институт педагогики и психологии детства
Кафедра теории и методики обучения
естествознанию, математике и информатике в период детства

**Развитие координационных способностей старших дошкольников на
основе дифференцированного подхода**

Выпускная квалификационная работа

Квалификационная работа
допущена к защите
Зав. кафедрой Л. В. Воронина

Исполнитель:
Волкова Клавдия Михайловна,
обучающийся БД-52 группы

дата

подпись

подпись

Руководитель:
Малоземова Ирина Ивановна,
канд. пед. наук, доцент

подпись

Екатеринбург 2017

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО	6
1.1. Виды координационных способностей и закономерности их формирования	6
1.2. Анатомо – физиологические и психолого – педагогические особенности детей 5 – 7 лет с учетом пола	10
1.3 Развитие координационных способностей старших дошкольников на основе дифференцированного подхода	15
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА ПО РАЗВИТИЮ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	20
2.1. Исследование уровня развития координационных способностей старших дошкольников на начальном этапе.....	20
2.2. Разработка и реализация системы работы по развитию координационных способностей детей 5-7 лет на основе дифференцированного подхода и анализ полученных результатов.....	26
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	48
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	52
ПРИЛОЖЕНИЕ 1.....	58
ПРИЛОЖЕНИЕ 2.....	59
ПРИЛОЖЕНИЕ 3.....	61
ПРИЛОЖЕНИЕ 4.....	63

ВВЕДЕНИЕ

Именно в дошкольном возрасте закладываются основы гармоничного развития личности, ее физического совершенства - основы здоровья, долголетия, формируется много двигательных навыков, развиваются физические качества (ловкость, скорость, сила и др.).

«**Конвенция о правах ребенка**» признает за каждым ребенком право на защиту, развитие личности, талантов и умственных и физических способностей ребенка в их самом полном объеме, воспитание и активное участие в жизни общества [33].

«**Декларация прав ребенка**» говорит о том, что ребенку законом и другими средствами должна быть обеспечена специальная защита и предоставлены возможности и благоприятные условия, которые позволяли бы ему развиваться физически, умственно, нравственно, духовно и в социальном отношении здоровым и нормальным путем и в условиях свободы и достоинства. При издании с этой целью законов главным соображением должно быть наилучшее обеспечение интересов ребенка [23].

Во **ФГОС ДО** определено основное содержание работы, в том числе и в направлении «Физическое развитие», которое предусматривает приобретение опыта в двигательной деятельности детей, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость [56].

Целевые ориентиры **ФГОС ДО** говорят о том, что у ребенка на этапе завершения дошкольного образования развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими [56].

Целенаправленное развитие координационных способностей оказывает стимулирующее влияние на формирование таких высших психических функций, как произвольное внимание, память, мышление, воображение. Именно координационные способности оказывают существенное влияние на

формирование умственной сферы ребенка, так как имеют сложные психофизиологические механизмы, основанные на принципах рефлекторной деятельности [38].

Таким образом, развитие координационных способностей остается довольно актуальной темой, так как они имеют большое значение в жизни ребенка: оказывают влияние на физическое развитие, на развитие умственных способностей, на формирование многих психических процессов [38].

Старший дошкольный возраст является сенситивным для развития координационных способностей, но, к сожалению, в программах по физическому развитию недостаточно учитываются анатомо – физиологические и психолого-педагогические особенности мальчиков и девочек, кроме ориентировочных показателей уровня развития координационных способностей.

Объект исследования – физическое воспитание дошкольников.

Предмет исследования: развитие координационных способностей детей 5 – 7 лет.

Цель данной работы – теоретически обосновать и разработать систему деятельности педагога по развитию координационных способностей старших дошкольников на основе дифференцированного подхода.

Задачи:

- изучить теоретические основы развития координационных способностей детей дошкольного возраста;
- определить анатомо – физиологические и психолого – педагогические особенности мальчиков и девочек дошкольного возраста как основу для развития физических способностей;
- разработать систему деятельности педагога по развитию координационных способностей детей 6-7 лет на основе дифференцированного подхода и выявить ее эффективность.

Над темой дифференцированного подхода работали такие ученые, как В. К. Бальсевич, Е. Н. Вавилова, Э. С. Вильчковский, Е. В. Давыденко, З. И. Ермакова, Ю. Ф. Змановский, Л. В. Карманова, С. Я. Лайзане, В. Н. Новохатько, Л. М. Пензулаева, М. А. Рунова, Е. А. Тимофеева, В. Г. Фролов, В. Н. Шебеко, и др.

Структура работы отражает логику исследования и состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1. Виды координационных способностей и закономерности их формирования

Координация - способность быстро, точно, целесообразно, экономично и находчиво, т.е. наиболее совершенно, решать двигательные задачи [38, стр. 29].

К числу основных координационных способностей относятся [36, стр. 67]:

- способность к ориентированию в пространстве
- способность к равновесию,
- способность к перестраиванию движений
- способность к соединению (комбинированию) движений
- способность приспосабливаться к изменяющейся ситуации и к необычной постановке задач
- способность к выполнению заданий в заданном ритме
- способность к управлению времени двигательных реакций
- способность предвосхищать (антиципировать) различные признаки движений, условия их выполнения и ход изменения ситуации в целом
- способность к рациональному расслаблению мышц.

К основным трудностям при управлении двигательным аппаратом относят [5]:

- необходимость распределения внимания между движениями во многих суставах и звеньях тела и необходимость стройно согласовывать все их между собой.
- преодоление большого количества степеней свободы, которые присущи человеческому телу.

- упругая податливость мышц.

Координированность позволяет все эти трудности преодолеть. Координированность - результат согласованного сочетания движений в соответствии поставленной задачей, состоянием организма и условиями деятельности [36, стр. 43]. Как видно из определения, координация, Координированность и координационные способности целиком зависят от состояния организма, согласованности его отдельных частей и внешних факторов. Например, координация зависит от гибкости, а гибкость от внешних условий: если температура будет понижаться, гибкость будет уменьшаться, следовательно, координационные способности тоже. Это самый простой из множества примеров.

Существует три вида координации [24]:

- нервная координация - согласование нервных процессов, управляющих движениями через мышечное напряжение. Это согласованное сочетание нервных процессов, приводящее в конкретных условиях к решению двигательной задачи.

- Мышечная координация - согласование напряжения мышц, передающих команды управления на звенья тела как от нервной системы, так и от других факторов. Мышечная координация не однозначна нервной, хотя и управляется ею.

- Двигательная координация - согласованное сочетание движений звеньев тела в пространстве и во времени, одновременное и последовательное, соответствующее двигательной задаче, внешнему окружению и состоянию человека. И она не однозначна мышечной координации, хотя и определяется ею.

Исходя из всего этого, координационные способности можно определить как совокупность свойств человека, проявляющихся в процессе решения двигательных задач разной координационной сложности и обуславливающих успешность управления двигательными действиями и их регуляцией [36].

Координационные способности закладываются еще при рождении в виде задатков. К ним относят: свойства нервной системы, строение головного мозга, темперамент и т.д.

Как известно, в старшем дошкольном возрасте происходит формирование координационных механизмов и налаживание их взаимодействия с вегетативной нервной системой организма, повышается роль вербальной системы в становлении координационных двигательных механизмов. Как правило, в старшем дошкольном возрасте развиваются четыре физических качества (ловкость, статическая и динамическая сила, быстрота) и четыре функционально-двигательные способности (дифференцировка силовых напряжений и пространственных параметров, ориентационные и координационные способности). На шестом году жизни ускоренно развиваются три основных движения (движения руками и ногами, ходьба), умеренно — четыре движения (бег, равновесие, лазание и метание) и замедленно — одно движение (прыжки).

Исследованиями было установлено, что целенаправленное развитие координационных способностей оказывает стимулирующее влияние на формирование таких высших психических функций, как произвольное внимание, память, мышление, воображение. Именно координационные способности оказывают существенное влияние на формирование умственной сферы ребенка, так как имеют сложные психофизиологические механизмы, основанные на принципах рефлексорной деятельности [38].

Таким образом, координационные способности имеют большое значение в жизни ребенка: оказывают влияние на физическое развитие, на развитие умственных способностей, на формирование многих психических процессов [38].

Значимость воспитания координационных способностей у детей дошкольного возраста объясняется четырьмя основными причинами [30]:

1. Хорошо развитые координационные способности являются необходимыми предпосылками для успешного обучения физическим

упражнениям. Они влияют на темп, вид и способ усвоения спортивной техники, а также на ее дальнейшую стабилизацию и ситуационно-адекватное разнообразное применение. Координационные способности ведут к большей плотности и вариативности процессов управления движениями, к увеличению двигательного опыта.

2. Только сформированные координационные способности — необходимое условие подготовки детей к жизни, труду, службе в армии. Они способствуют эффективному выполнению рабочих операций при постоянно растущих требованиях в процессе трудовой деятельности, повышают возможности человека в управлении своими движениями.

3. Координационные способности обеспечивают экономное расходование энергетических ресурсов детей, влияют на величину их использования, так как точно дозированное во времени, пространстве и по степени наполнения мышечное усилие и оптимальное использование соответствующих фаз расслабления ведут к рациональному расходованию сил.

4. Разнообразные варианты упражнений, необходимые для развития координационных способностей — гарантия того, что можно избежать монотонности и однообразия в занятиях, обеспечить радость от участия в спортивной деятельности. Для эффективного формирования координационных способностей необходимо на базе общего подхода к физическому воспитанию выработать конкретные пути и средства совершенствования соответствующих видов координационных способностей.

По Н. А. Бернштейну, ловкость есть способность справиться с возникшей двигательной задачей: 1) правильно, 2) быстро, 3) рационально и 4) находчиво. Каждое движение или действие, которое мы не колеблясь признаем выполненным *ловко*, построено непременно не менее чем *на двух уровнях*. При этом *ведущий уровень* этого ловко выполненного движения или действия обнаруживает яркие, стоящие выше заурядного *качества*

переключаемости, находчивости, маневренности, а подслаивающий эти движения фоновый уровень — столь же яркие качества слаженности, послушности и точности работы [4].

Именно поэтому к наиболее значимым, фундаментальным координационным способностям детей старшего дошкольного возраста в процессе управления двигательными действиями относятся:

- способность к реагированию;
- способность к равновесию;
- ориентационная способность;
- дифференцированная способность, разновидностями которой является способность к дифференцированию пространственных, временных и силовых параметров движения;
- ритмическая способность.

1.2. Анатомо – физиологические и психолого – педагогические особенности детей 5 – 7 лет

У детей старшего дошкольного возраста значительно изменяется соотношение между частями тела: туловище растет медленнее, чем руки и ноги. Если к 6-7 годам длина туловища увеличивается в 2 раза, то длина рук - более чем в 2,5 раза, а длина ног - более чем в 3 раза.

Опорно-двигательный аппарат

По химическому составу кости и скелетные мышцы у детей 5-7 лет содержат в большей степени органические вещества и воду, так как костные клетки активно делятся. Этим и объясняется повышенная гибкость опорно-двигательного аппарата в этом возрасте. Одновременно с этим минеральных веществ, которые придают твёрдость опорно-двигательному аппарату, очень мало. В связи с этим гибкие кости могут легко изгибаться при неправильных позах и, особенно, при неравномерных нагрузках. Повышенная растяжимость мышечно-связочного аппарата обеспечивает старшим дошкольникам хорошо

выраженную гибкость, но для сохранения нормального расположения костей в организме ещё не сформирован прочный «мышечный корсет». Особенности химического состава опорно-двигательного аппарата обуславливает и тот факт, что позвоночник детей, несущий сложные опорные функции, большей частью состоит из хрящевой ткани. У девочек подвижность позвоночника проявляется в большей степени, чем у мальчиков [34]. М. В. Волков объясняет это анатомическими особенностями опорно-двигательного аппарата женщин и мужчин: у женщин относительно короче, чем у мужчин, грудной и длиннее шейный и поясничный отделы [14]. Из всех этих положений следует, что в дошкольном возрасте позвоночный столб очень чувствителен к деформирующим воздействиям. Это требует особого внимания к организации позы детей при использовании физических нагрузок.

На основании исследований, проведенных в 70-е годы прошлого столетия в дошкольных учреждениях, Л. П. Африканова констатировала, что от 5 до 7 лет нарушения осанки возрастают. При этом было установлено, что в количественном отношении нарушений осанки у мальчиков значительно меньше, чем у девочек. Автор частично объясняет это высокой двигательной активностью мальчиков.

Кроме нарушений осанки в дошкольном возрасте нередко встречается и деформация стоп в связи со слабым развитием мышц ног. Плоскостопие нарушает основные функции стопы: двигательную, балансирующую и, особенно, рессорную. Это, в свою очередь, отражается на функционировании всего организма, предопределяя, в том числе, и различные типы нарушений осанки. У мальчиков, по данным Е. Е. Романовой, плоскостопие встречается чаще, чем у девочек [52].

Мышечная система

У взрослых основную массу мышечных клеток составляют мышечные волокна. У детей же значительная масса мышечных клеток приходится на долю ядер в клетках, так как, мышечные клетки находятся в большей степени

в состоянии деления. Поэтому мышечные волокна ребенка тонкие и слабые, а следовательно, они гораздо менее возбудимы, чем у взрослых. Но с возрастом интенсивность роста мышечных волокон нарастает, поэтому происходит относительное уменьшение ядерной массы на единицу площади скелетных мышц - по сравнению с новорожденными ядерная масса в клетках скелетных мышц снижается в 4-5 раз к шестилетнему возрасту.

В старшем дошкольном возрасте увеличиваются не только размеры, но и дифференциация элементов мышечных, суставных и сухожильных рецепторов, достигая достаточного совершенства к 6 годам. На всём протяжении старшего дошкольного возраста происходит перераспределение положения мышечных веретен в скелетных мышцах. У новорожденных мышечные веретена в скелетных мышцах распределяются равномерно. К старшему дошкольному возрасту мышечные веретена сосредотачиваются в концевых областях мышц, где они способны подвергаться наибольшему растяжению и, соответственно, точнее информируют мозг о движении мышц.

Мышцы конечностей (особенно мелкие мышцы кисти) относительно слабее, чем мышцы туловища. Недостаточно развитие мышечно-связочного аппарата брюшного пресса. В дальнейшем это может вызвать образование отвисшего живота и появление грыжи при поднятии тяжестей.

Мышечная масса нарастает за счет утолщения мышечных волокон. Мышцы таза и ног развиваются в первую очередь, а затем мышцы рук. В целом из-за быстрой утомляемости мышц и относительной слабости костно-мышечного аппарата старшие дошкольники еще не способны к длительному мышечному напряжению. Основой двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия между видами двигательных рефлексов: от степени взаимодействия проприоцептивных и вестибулярных. Проприоцептивные рефлексы: рефлексы, получаемые с мышц и сухожилий; вестибулярные рефлексы — реакции вестибулярного аппарата (органа чувств, расположенного во внутреннем ухе человека) на изменения

положения головы и туловища в пространстве), а также от массы тела и площади опоры.

К старшему дошкольному возрасту показатели сохранения устойчивого равновесия между этими видами рефлексов улучшаются. При этом отмечается, что выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

Особенности эндокринной системы

Особенность обмена веществ у детей состоит в том, что значительная доля энергии (больше чем у взрослых) идет на процессы роста, развития растущего организма, т. е. на «пластические процессы». Чем моложе ребенок и чем интенсивнее процессы роста, тем потребность в белке выше. По данным, приводимым В. М. Волковым, у мальчиков потребность в белках несколько выше, чем у девочек. Недостаток белка, в свою очередь, замедляет развитие ребенка [14]. Одновременно с этим полноценный обмен веществ невозможен без углеводов, как источников глюкозы для энергетического обмена и жиров, обеспечивающих главным образом строение оболочек клеток. Из всех желез внутренней секреции в старшем дошкольном возрасте наибольшее значение имеет усиление работы передней доли гипофиза, которая регулирует сама или опосредованно все виды обмена веществ в организме.

Дыхательная система

По мере роста и развития ребенка совершенствуется и его дыхательный аппарат. Дыхание у детей поверхностное и частое. Бронхиальное древо из-за слабо развитых альвеол недостаточно сформировано, поэтому легочная ткань мало растяжима. Грудная клетка имеет конусовидную форму и малый объем, слабо развиты и дыхательные мышцы. Все это приводит к тому, что затруднено внешнее дыхание, увеличены затраты энергии на выполнение вдоха, поэтому меньше, чем у взрослого глубина дыхания. Дыхательный объем дошкольника в 3-5 раз меньше, чем у взрослого человека. Он постепенно увеличивается в младшем школьном возрасте, но еще долго

будет отставать от взрослого уровня. Из-за неглубокого дыхания и сравнительно большого объема «мертвого пространства» эффективность дыхания у детей невысока. Из альвеол кислорода в кровь переходит меньше и значительная доля кислорода оказывается в выдыхаемом воздухе. Кислородная емкость крови в результате мала - 13-15 об. % (у взрослых – 19 - 20 об. %). Это приводит к тому, что при высоких нагрузках будет наблюдаться кислородное голодание мышц, а значит быстро будет нарастать их утомляемость. Частота дыхания у детей повышена. Она постепенно снижается с возрастом. Из-за высокой возбудимости у детей частота дыхания быстро нарастает: при умственных и физических нагрузках, во время эмоциональных всплесков, при повышении температуры тела и тому подобных ситуациях. С возрастом жизненная ёмкость лёгких увеличивается, при этом у мальчиков она несколько больше, чем у девочек. В тоже время у девочек больше частота дыхания и меньше глубина и минутный объем дыхания, а значит и меньшее потребление кислорода. В связи с очень большой возбудимостью нервной системы, дыхательный ритм у детей часто сбивается, появляются задержки дыхания.

Поэтому необходимо учить детей правильному дыханию при выполнении различных физических упражнений. Для того, чтобы во время игр и физической работы вдох и выдох были ритмичны максимально автоматическими.

ЦНС

К старшему дошкольному возрасту созревание нервных клеток головного мозга завершается, однако нервная система ребенка еще недостаточно устойчива: процессы возбуждения преобладают над процессами торможения.

Для нервной системы у детей 6 - 7 – летнего возраста характерна высокая возбудимость и слабость тормозных процессов, что приводит к широкой иррадиации возбуждения по коре больших полушарий. Это приводит в том числе и к недостаточной координации движений. При этом

длительное поддержание процесса возбуждения невозможно, так как дети быстро утомляются. Организуя занятия со старшими дошкольниками нужно избегать долгих наставлений и указаний, продолжительных и монотонных заданий. Особенно важна чёткость и выверенность в дозировании нагрузки, так как у детей этого возраста недостаточно развито ощущение усталости. Они не могут в полной мере объяснить её словами даже при полном изнеможении, потому что плохо оценивают изменения внутренней среды организма при утомлении.

При слабости корковых процессов у детей преобладают подкорковые процессы возбуждения. Любые внешние раздражители легко отвлекают дошкольников. В такой чрезвычайной выраженности ориентировочной реакции отражается произвольный характер их внимания. Произвольное же внимание очень кратковременно: дети 5 - 7 лет способны сосредотачивать внимание лишь на 15 - 20 минут.

У девочек и мальчиков несколько различается физиологическая сторона восприятия. В исследовании В. Д. Еремеевой и Т. П. Хризман показано, что острота слуха у мальчиков в среднем выше, чем у девочек, но девочки более чувствительны к шуму.

Д. Н. Исаев и В. Е. Каган указывают на то, что у девочек ниже порог болевой и тактильной чувствительности [29]. И. П. Петрище, В. И. Гарбузов, Е. А. Кудрявцева, Т. А. Репина отмечают, что, помимо тактильной чувствительности, у девочек лучше развита способность различать запахи, цвета, форму предметов [51].

1.3. Развитие координационных способностей старших дошкольников на основе дифференцированного подхода.

Дифференцированный подход – это целенаправленное педагогическое воздействие на группы дошкольников, которые существуют в сообществах детей как его структурные или неформальные объединения или выделяются

педагогом по сходным индивидуальным качествам детей. Такой подход позволяет разрабатывать методы воспитания не для каждого ребенка в отдельности, а для определенных категорий [27, стр. 54].

Основой для дифференцированного подхода в развитии координационных способностей могут быть:

1. Состояние здоровья (группа здоровья).

На основе состояния здоровья дети делятся по медицинским группам, что способствует определению для каждой из них оптимальной физической нагрузки.

I группа – практически здоровые дети.

II группа – является самой распространенной, есть небольшие отклонения в здоровье (ЧБД, ослабленное зрение и т.д.), но нет ярко выраженного отставания в развитии.

III группа – имеются хронические заболевания, но в стадии ремиссии. Обострения иногда случаются, но активная стадия основного заболевания отсутствует.

IV группа – дети с хроническими болезнями на активной стадии или в стадии неустойчивой ремиссии (требующей поддерживающего лечения). Дети с последствиями после травм или операций.

V группа – самая тяжелая и трудная группа. У детей есть тяжелые хронические заболевания с очень редкими ремиссиями и частыми обострениями. Для предотвращения обострений используется лечение. Сюда относятся дети с физическими дефектами, нарушениями функций некоторых органов. Сюда же относятся дети-инвалиды.

В процессе обучения следует очень внимательно относиться к самочувствию детей в процессе занятий, регулируя продолжительность и объем предлагаемой им нагрузки. В первую очередь это касается детей со сниженными функциональными возможностями, страдающих хроническими заболеваниями, часто болеющих, недавно перенесших заболевания, а также недавно поступивших в детский сад и еще не адаптировавшихся к

систематической образовательной нагрузке, как интеллектуальной, так и физической.

2. Возраст воспитанников.

Не смотря на то, что, в старшем дошкольном возрасте анатомо-физиологические особенности детей продолжают усовершенствоваться, всё более приближаясь к показателям организма взрослого человека, этот возраст включает в себя детей 5-6 лет (старшая группа) и детей 6-7 лет (подготовительная к школе группа). Эти группы имеют и анатомо-физиологические и психолого-педагогические отличия, которые необходимо учитывать.

3. Пол.

У мальчиков и девочек по-разному функционирует мозг, по-разному организованы психические процессы. Игнорируя эти отличия, бесполое образование снижает воспитательный и образовательный эффект, тормозит становление полоролевого поведения.

Целесообразно осуществлять дифференцированное воспитание мальчиков и девочек по следующим направлениям:

1. Учет сенситивных (критических) этапов для формирования и совершенствования двигательных способностей, физических качеств, двигательных навыков и умений у мальчиков и девочек с целью получения максимальных результатов при минимальных физических и психических затратах.

2. Осуществление общей физической подготовки без разделения по половому признаку. Разница может проявляться лишь в дозировке нагрузки в упражнениях на выносливость, в характере и величине мышечных усилий и т. п. Более глубокая специальная подготовка может осуществляться через отдельную программу для мальчиков и девочек. Она может быть основана на использовании разных видов спортивных игр и упражнений, игр соревновательной направленности (с преимущественным развитием определенных качеств), элементов спортивной гимнастики и акробатики.

3. Предъявление разных требований к выполнению одних и тех же движений: четкости, ритмичности, затраты дополнительных усилий (для мальчиков); пластичности, выразительности, грациозности (для девочек).

По нашему мнению, раздельное проведение занятий лишает мальчиков и девочек эмоционального контакта, совместных переживаний и познания друг друга, а воспитателя — возможности формировать ценные нравственные качества, правильные взаимоотношения между разнополыми детьми.

Достаточно эффективной является организация работы с подгруппой детей (по половому признаку) на прогулке и в другие режимные моменты в форме подвижных игр, игровых упражнений и заданий.

4. Особенности конституции.

Конституция (от лат. *constitutio* — состояние, сложение, свойство) — многозначное понятие, которое в самой общей форме может истолковываться как состояние организма человека, проявляющееся, в частности, и в особенностях его телосложения. В основу этого понятия были положены индивидуальные особенности реакций организма на внешние воздействия.

В нашей стране широкое распространение получила оценка телосложения детей и подростков с использованием схемы В. Г. Штефко– А. Д. Островского:

- астеноидный
- торакальный
- мышечный
- дигестивный.

Оценка типов телосложения в дошкольном возрасте затруднена из-за их несформированности, наиболее частым вариантом телосложения являются узкосложенный: астеноидный и торакальный типы (около 70%).

Определить тип телосложения у ребенка в дошкольном возрасте можно тогда, когда произойдет «полуростовой» скачок (в период от 5 до 7 лет). В

этот период наблюдается увеличение скорости роста тела в длину, причем конечности в это время растут быстрее, чем туловище.

Выводы по первой главе:

1. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы гармоничного развития личности, ее физические совершенства - основы здоровья, долголетия, формируется много двигательных навыков, развиваются физические качества (ловкость, скорость, сила и др.), а старший дошкольный возраст является сенситивным для развития координационных способностей.

2. В старшем дошкольном возрасте анатомо-физиологические особенности детей продолжают совершенствоваться, всё более приближаясь к показателям организма взрослого человека. Костно-мышечная система, как система в основном выполняющая координационные функции не только совершенствуется, но в ней продолжают развиваться различия присущие мужскому и женскому организмам.

3. Несовершенство анатомо-физиологического строения старших дошкольников и углубляющиеся у детей различия по полу требуют чёткого дозирования физической нагрузки и дифференцированного подхода на гендерной основе.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА ПО РАЗВИТИЮ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1. Исследование уровня развития координационных способностей старших дошкольников на начальном этапе

Наше исследование проводилось в детском саду № 499 города Екатеринбурга, в период с 1 сентября 2016 года по 31 мая 2017 года. В исследовании принимали участие 30 детей подготовительной к школе группы (6-7 лет).

Детский сад работает по Программе «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой [11]. Физическое развитие осуществляется по методическому пособию Л. И. Пензулаевой «Физическая культура в детском саду» [47]. В данном пособии учитываются особенности развития старших дошкольников и на их основании даются рекомендации по работе с детьми 5-7 лет.

Физкультурные занятия проводятся 3 раза в неделю, причем одно из них проводится на улице. Структура физкультурных занятий общепринятая: вводная часть 6 минут, основная 20 минут и заключительная 4 минуты. Общая продолжительность занятия 30 минут.

В нашем детском саду диагностирование развития основных видов движений проводится по тестам М. А. Руновой. Отдельно никогда не диагностировалось развитие координационных способностей, поэтому и для определения уровней развития координационных способностей были использованы тесты, предложенные М. А. Руновой [53].

Для определения уровней развития координационных способностей были использованы тесты, предложенные М. А. Руновой [53].

Описание тестовых заданий по М. А. Руновой [53].

1. Челночный бег 3 раза по 10 м (определяется способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки).

Ребенок встает у контрольной линии, по сигналу «марш» (в этот момент воспитатель включает секундомер) трехкратно преодолевает 10 – ти метровую дистанцию, на которой по прямой линии расположены кубики (5 шт.). Ребенок обегает каждый кубик, не задевая его. Фиксируется общее время бега.

2. Статическое равновесие (тест выявляет и тренирует координационные возможности детей). Ребенок встает в стойку - носок сзади стоящей ноги вплотную примыкает к пятке впереди стоящей ноги – и пытается при этом сохранить равновесие. Ребенок выполняет задание с открытыми глазами, руки на поясе. Время удержания равновесия фиксируется секундомером.

Из двух попыток фиксируется лучший результат.

3. Подбрасывание и ловля мяча (тест на ловкость и координацию).

Ребенок принимает исходное положение (ноги на ширине плеч) и двумя руками подбрасывает вверх мяч диаметром 15-20 см как можно большее количество раз, не сходя с места. Ребенку предлагается сделать 2 попытки. Фиксируется лучший результат.

4. Отбивание мяча от пола (тестируются ловкость, скорость реакции, устойчивость позы).

Ребенок стоит в исходном положении (ноги на ширине плеч) и одной рукой отбивает мяч от пола максимальное количество раз (руки можно чередовать). При выполнении задания не разрешается сходить с места.

Даются две попытки. Фиксируется лучший результат из двух попыток.

5. Прыжки через скакалку (тестируются ловкость, гибкость, выносливость).

Принимается исходное положение: ноги вместе, руки внизу, в руках скакалка. Затем ребенок прыгает вперед через скакалку. Воспитатель считает количество прыжков.

Делается две попытки, засчитывается лучший результат.

Внимание! Важно правильно подобрать скакалку для каждого ребенка. Если скакалка выбрана правильно, то, когда ребенок встает обеими ногами на середину скакалки и натягивает ее, концы скакалки достают до подмышек.

6. Гибкость (тест характеризует подвижность всех звеньев опорнодвигательного аппарата, эластичность мышц и связок).

Тест проводится двумя воспитателями. Ребенок становится на гимнастическую скамейку (поверхность скамейки соответствует нулевой отметке). Задание: наклониться вниз, стараясь не сгибать колени (при необходимости их может придерживать один из воспитателей). Второй воспитатель по линейке, установленной перпендикулярно скамье, регистрирует тот уровень, до которого дотянулся ребенок кончиками пальцев. Если ребенок не дотягивается до нулевой отметки (поверхности скамьи), то результат засчитывается со знаком минус. Во время выполнения данного теста можно использовать игровой момент «достань игрушку».

Уровни обозначаются «В» - высокий (показатели выше ориентировочного возрастного уровня), «С» - средний (показатели находятся в пределах ориентировочного возрастного уровня), «Н» - низкий (показатели ниже ориентировочного возрастного уровня), по Руновой М.А. (Приложение 1, таблица 5).

Диагностика на начальном этапе исследования была проведена с 1 по 10 сентября 2016 года.

Проведя диагностическое обследование воспитанников 6 – 7 лет (подготовительной к школе группы) выявили уровни развития координационных способностей мальчиков и девочек на начало года (Приложение 2, таблицы 2, 3).

Таблица 1

Уровни развития мальчиков 6-7 лет на начальном этапе исследования

№ п/п	Ф.И. ребенка	Челночный бег	Прыжки через скакалку	Подбрас-е и ловля мяча	Отбивание мяча от пола	Статическое равновесие	Наклоны вперед из положения стоя
1	Александр Ч.	С	Н	С	С	Н	Н
2	Алексей В.	С	Н	Н	Н	Н	Н
3	Илья Ш.	С	Н	В	С	С	Н
4	Кирилл Е.	Н	Н	Н	С	Н	Н
5	Кирилл Р.	С	Н	С	С	С	Н
6	Лев Ш.	С	Н	С	С	С	Н
7	Никита Е.	С	Н	С	С	Н	Н
8	Николай И.	С	Н	С	С	С	Н
9	Платон А.	С	Н	С	С	С	Н
10	Роман К.	Н	Н	С	С	Н	Н
11	Савелий У.	Н	Н	Н	С	Н	Н
12	Семен С.	Н	Н	С	С	Н	Н

Проанализировав полученные данные, можно с уверенностью сказать, что дополнительного внимания у мальчиков требуют такие умения как прыжки через скакалку, чувство равновесия и гибкость. Трое мальчиков из двенадцати требуют особого внимания педагога, что может выражаться в индивидуальной работе на прогулке или предложениями подвижных игр, именно для этих детей, в условиях группы.

Таблица 2

Уровни развития девочек 6-7 лет на начальном этапе исследования

№ п/п	Ф.И. ребенка	Челночный бег	Прыжки через скакалку	Подбрас-е и ловля мяча	Отбивание мяча от пола	Статическое равновесие	Наклоны вперёд из положения стоя
1	Александра М.	Н	С	С	Н	С	Н
2	Анна Д.	Н	С	С	Н	Н	Н
3	Арина А.	Н	Н	С	Н	Н	Н
4	Варвара Г.	С	С	С	С	С	Н
5	Вера Х.	Н	С	С	С	С	С
6	Виктория Р.	Н	С	С	Н	С	Н
7	Екатерина С.	Н	С	С	С	С	Н
8	Ксения А.	Н	С	С	Н	С	Н
9	Ксения Л.	Н	С	С	С	С	С
10	Лика Г.	Н	Н	Н	Н	Н	Н
11	Маргарита К.	Н	С	С	Н	С	Н
12	Мария К.	С	С	С	Н	С	Н
13	Мирослава Н.	Н	С	С	Н	С	Н
14	Надежда А.	С	С	С	С	С	Н
15	Николь М.	Н	С	С	Н	Н	Н
16	Ольга М.	С	С	С	Н	С	Н
17	Полина Д.	Н	С	С	Н	С	Н
18	София С.	С	С	С	С	С	Н

Проанализировав полученные данные девочек, можно с уверенностью сказать, что дополнительного внимания у них требуют челночный бег, умение отбивать, подбрасывать и ловить мяч.

Как видно из диаграмм (рисунки 1 и 2), высокий уровень развития есть у мальчиков, но его показатель очень низкий. Соотношение низкого и среднего уровня в обеих группах примерно одинаково.

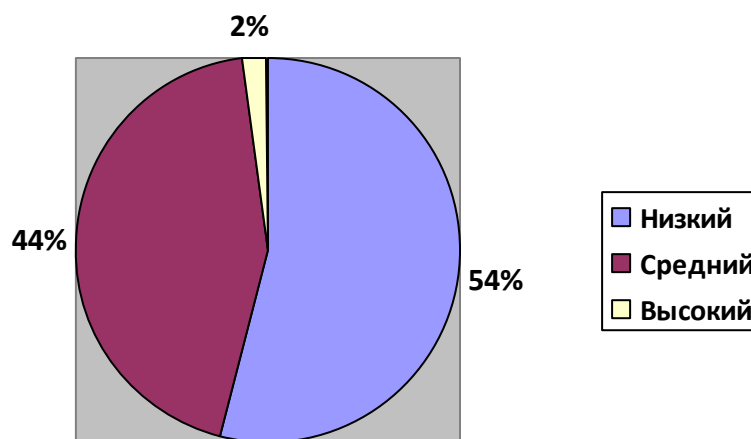


Рис. 1. Диаграмма уровней развития координационных способностей мальчиков 6-7 лет на 10 сентября 2016 г

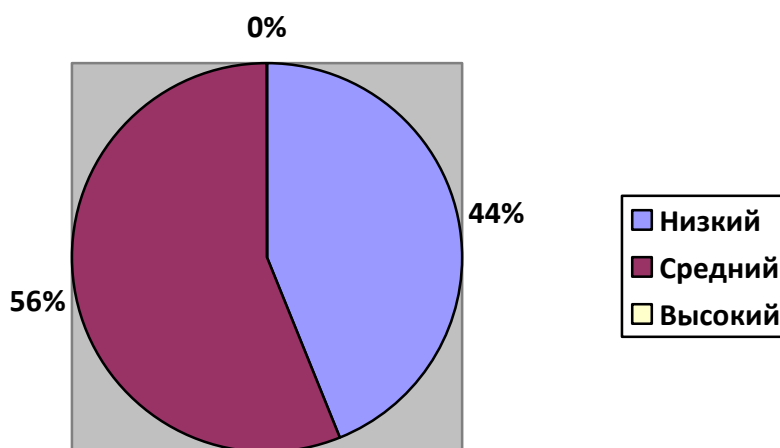


Рис. 2. Диаграмма уровней развития координационных способностей девочек 6-7 лет на 10 сентября 2016 г

Проанализировав научно-методическую литературу по физическому развитию, предложенную в рамках программы «От рождения до школы», мы пришли к следующим выводам:

1. Конспекты занятий даны как примерное содержание работы, в которую необходимо включать упражнения и подвижные игры на развитие координационных способностей с учетом гендерных особенностей мальчиков и девочек.

2. Во время прогулки необходимо включать упражнения, организовывать подвижные игры для развития координационных способностей.

3. Педагогу необходимо взаимодействие со специалистами ДОУ и родителями воспитанников.

Исходя из всего вышесказанного, возникает необходимость разработать систему работы воспитателя для развития координационных способностей старших дошкольников на основе дифференцированного подхода с учетом гендерных особенностей дошкольников 6-7 лет.

2.2. Разработка и реализация системы деятельности педагога по развитию координационных способностей детей 5-7 лет на основе дифференцированного подхода и анализ полученных результатов

При разработке данной системы мы опирались на следующие принципы.

Принцип развивающего обучения – упражнения, которые предлагает детям педагог, опираясь на имеющийся опыт, должны требовать определенных усилий для овладения координационными способностями на новом уровне.

Принцип воспитывающего обучения – вся работа, направленная на овладение и развитие двигательных качеств обязательно должна включать в

себя и решение воспитательных задач – воспитание волевых качеств (воспитание настойчивости, смелости, выдержки и т. п.).

Принцип всесторонности – добиваясь высокого проявления качеств в разнообразных видах двигательной деятельности, в норме в обязательном порядке произойдёт общий подъём функциональных возможностей организма. Данный принцип воспитанники активно проявляют на занятиях по интересам и в самостоятельной деятельности.

Принцип последовательности и систематичности – комплексное и поступательное усложнение содержания двигательной деятельности, взаимосвязь нового с уже усвоенным, повышение уровня требований к проявляемым свойствам по мере их становления: точность, быстрота и т. п.

Принцип сознательности и активности детей – достигать осознанного отношения воспитанников к предлагаемым заданиям, увеличивая тем самым прочность их усвоения, воспитывает у старших дошкольников самостоятельность и инициативу.

Принцип дифференцированного подхода – базируется на том, что у дошкольников двигательные качества разного уровня, требования дифференцированного отношения к подбору двигательных упражнений должны быть адекватны.

Для развития координационных способностей были использованы следующие методы.

-Стандартно-повторного упражнения.

При овладении новыми достаточно сложными двигательными действиями активно применялся стандартно-повторный метод, так как научить таким движениям можно только после большого количества повторений их в относительно стандартных условиях.

-Вариативного упражнения, с его многими разновидностями имеет более широкое применение.

-Игровой.

Действенным и поэтому довольно актуальным методом воспитания координационных способностей был и остается игровой метод с дополнительными заданиями и без них. Данный метод подразумевает выполнение упражнений с какими - либо ограничениями: по продолжительности, по прохождению в определённых условиях, или с определенными двигательными действиями и т.п.

-Соревновательный.

Соревновательный метод, основанный на выполнении различных комплексов упражнений под девизами «Кто лучше» или «Кто быстрее» является прекрасным стимулом для совершенствования умений и навыков.

Для успешного развития координационных способностей руководствовались педагогическими правилами:

- от низкой скорости к высокой (уровень быстроты координации);
- от лёгкого к трудному (интенсивность нагрузки и внимания);
- от малого к большому (объём нагрузки).

На каждом занятии решается комплекс оздоровительных, образовательных и воспитательных задач.

Оздоровительные – обеспечивать разностороннюю двигательную активность детей в оптимальных гигиенических и закаливающих условиях, что приводит к нормализации всех функциональных процессов в организме, способствует усилению его жизнедеятельности.

Образовательные – предоставить возможность овладевать необходимым программным материалом по развитию движений, формировать доступные знания об основах физической культуры и здоровом образе жизни, обогащать детей представлениями и знаниями о назначении и способах применения разных видов движений, их практической целесообразности.

Воспитательные – развивать самостоятельность, активность, создавать дружескую, доброжелательную атмосферу, формировать морально-волевые качества детей в процессе их двигательной активности.

Развитие координационных способностей у старших дошкольников требует строгого соблюдения принципа систематичности. Все занятия должны проходить без больших временных промежутков, любые неоправданно долгие перерывы приводят к потере мышечных ощущений и их тонких дифференцировок при напряжениях и расслаблениях.

Общая установка при занятиях «на координацию» должна исходить из следующих положений:

- заниматься необходимо в хорошем психофизическом состоянии;
- нагрузки не должны вызывать сильного утомления, так как при всех видах утомления значительно снижается четкость мышечных ощущений и падает воля к победе, и, как следствие, в этом состоянии плохое формирование координационных способностей;
- в структуре отдельного занятия упражнения на развитие координационных способностей желательно планировать в начале основной части;
- временные интервалы между повторениями двигательных упражнений должны быть достаточными для восстановления работоспособности;
- воспитание различных видов координационных способностей должно происходить в тесной связи с развитием других двигательных способностей.

Планируя физкультурные занятия, необходимо обращать внимание на взаимосвязь программного содержания, а также учитывать уровни физической подготовленности воспитанников и состояние их здоровья.

Для организации и проведения физкультурных занятий с включением упражнений и подвижных игр на развитие координационных способностей у мальчиков и девочек мы предлагаем следующие варианты двигательной деятельности.

1. Занятие всей группой, где часть заданий для девочек и мальчиков имеют отличия.

Разновидности первого варианта:

- в подготовительной и заключительной части занятий дети выполняют упражнения все вместе, а в основной они делятся на подгруппы;

- все дети занимаются вместе, но некоторые упражнения имеют разные варианты для мальчиков и девочек (исходное положение, условия преодоления препятствий, рисунок движений, дозировка).

Для удержания моторной плотности на определенном уровне в этом варианте занятий целесообразно использовать карточки с графическим изображением заданий для мальчиков и девочек.

2. «Интегрированный вариант» проведения занятия.

Это, как правило, тематические занятия с ярко выраженным полоролевым характером двигательной деятельности.

Учёт половых особенностей дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями можно вести по таким направлениям, как.

- Подбор упражнений (упражнения только для мальчиков и упражнения только для девочек).

- Нормирование физической нагрузки (в задании дается разное количество подходов, количество повторений одного и того же упражнения, разное количество времени на выполнение упражнения).

- Педагогическое руководство двигательной деятельностью (различия в подборе оборудования, различия в обучении сложным двигательным движениям, пространственные ориентировки).

Если в работе с девочками более уместны словесные указания, то в работе с мальчиками необходима помощь в плане тактильно-мышечных ощущений. Мальчикам требуется чаще напоминать о способах выполнения, о требованиях к качеству, тогда как девочкам достаточно образца или имитации.

- Оценка деятельности (для мальчиков важно, что оценивается в их деятельности, а для девочек – кто их оценивает и как)

- Участие детей в играх и соревнованиях.

- Учет двигательных предпочтений (мальчики - бег, метание предметов в цель и на дальность, лазанье; девочки - упражнения с мячом и скакалкой, танцевальные движения),

- Взаимодействие в процессе выполнения физических упражнений.

- Требования к качеству выполнения заданий (мальчики - четкость, ритмичность, затраты дополнительных усилий; девочки - пластичность, выразительность, грациозность).

- Расстановка и уборка снарядов (девочки помогают расставлять и убирать легкий инвентарь, мальчики, объединившись в группы по несколько человек, более тяжелый).

При дифференцированном подходе необходимо поэтапно включать упражнения для развития координационных способностей.

Для развития пространственных ориентировок целесообразно давать определенную последовательность общеразвивающих упражнений.

-Движения рук, находящихся частично в поле зрения (поднимание вверх, в стороны, назад — со сгибанием, вращением в суставах — в каком-либо одном направлении).

-Движения туловища в лицевой, боковой и затем горизонтальной плоскости.

-Движения ног вперед, в стороны, назад.

-Движения разных частей тела по направлению к каким-либо конкретным предметам, затем по слову в названном направлении (например, повороты в стороны к окну, к двери, затем направо, налево).

-Движения разных частей тела по направлению к другому ребенку (например, стоя в колонне, поднимать руки с мячом, передавать его сзади стоящему).

-Движения любой части тела с постепенно повышающимися требованиями к точности направления, амплитуды и скорости ориентировки (например, развести руки в стороны, немного выше уровня плеч, выставить

прямую ногу вперед с поворотом носка в сторону; то же — в другую сторону; затем выполнить в ускоренном темпе).

-Бег с преодолением всевозможных препятствий, установленных в зале, на площадке.

-Ходьба, бег и ведение мяча (рукой, ногой) по линиям и разметкам.

-Прыжки на точность и всевозможные метания вдаль.

-Прыжки через гимнастические круги, палки, расположенные на различном расстоянии друг от друга, прыжки с поворотом на установленное количество градусов.

-Групповые и командные спортивно-игровые упражнения тактического характера.

-Подвижные игры: «Быстро в колонну», «Тройки, четверки», «Найди и промолчи», «Найди себе пару», «Шишки, желуди, орехи» и т.д.

Временными ориентировками дети овладевают с большим трудом, чем пространственными. Большинство общеразвивающих упражнений активно влияет на развитие временных ориентировок, так как они проводятся в определенном темпе и ритме.

-Упражнения, которые проводятся в сопровождении слова воспитателя. При этом указания, команды и паузы выдерживаются в определенном ритме, акцентирование («присели вниз», «выпрямились»; «в сто-ро-ну»; «прямо» и т.д.);

-Упражнения в сопровождении музыки.

-Наряду с упражнениями под музыку давать упражнения под счет с четким ритмическим рисунком («раз — руки в стороны», «два — вниз»).

-Наряду с упражнениями под музыку давать упражнения, в которых части ритмически неравномерны («раз, два, три — присели», «четыре — выпрямились»).

-Хорошо известные упражнения выполнять самостоятельно, команда дается для начала упражнения.

-Танцевальные шаги.

-Логоритмические упражнения «Осторожный снег», «Ножки», «Лягушки».

-Воспроизведение музыкального ритма хлопками, притопыванием, исполнение при ходьбе движений, воспроизводящих музыкальные ритмы.

-Ритмическая гимнастика «Ки-ко-ко», «Марш», «Кремена», «Аэробика».

-Перестроения в ходьбе и на месте.

-Игровые упражнения: «Цыганочка», «Хлопушки», «Сбор грибов».

Упражнения на развитие способности к реагированию, к перестроению двигательных действий зависят от наличия двигательного опыта, от уровня координации в выполнении простых, изолированных, а также сложных комбинаций движений. Поэтому быстрые темпы развития моторики у детей старшего дошкольного возраста позволяют применять эти упражнения.

-Упражнения в которых есть быстрая смена позы (например, из положения сидя с вытянутыми ногами лечь на живот (спину), перевернуться вокруг себя в одну сторону, в другую, опять сесть).

-Упражнения требующие согласованных действий, двух или нескольких детей (например, упражнения в парах, сидя друг против друга).

-Упражнения требующие согласованных действий, нескольких детей (упражнения подгруппами с большими гимнастическими обручами, с длинными палками, в колонне — при передаче мяча и т. д.).

-Упражнения с некоторыми предметами (мячи, скакалки и пр.).

-Подвижные игры: «Соревнование скороходов», «Совушка», «Быстрые и ловкие», «Колдуны», «День и ночь», «Паук и мухи», «Мы физкультурники», «Фигуры», «Стоп!».

-Свободный бег, дополнительный заданиями, на внезапные остановки, возобновление и изменение передвижений, выполнение поворотов, преодоление препятствия (линий и невысоких предметов).

-Бег из усложненных стартовых положений (лежа на спине, на животе стоя спиной к направлению движения, стоя на одном или двух коленях, из приседа, седа и тому подобное).

-Интенсивность движения, ее изменения: ходьба обычная – бег быстрый, бег медленный – бег ускоренный.

-Игровые упражнения «Собачки», «Каракатица», «Жучок-паучок».

На функцию равновесия наибольшее влияние оказывают упражнения.

-Поднимание одной ноги с опорой на другую ногу; то же — с закрытыми глазами; то же — с задержкой на одной ноге.

-Повороты (прыгнуть в обруч, сделав поворот, и выпрыгнуть из него; стоя повернуться вокруг себя, остановиться; то же — в другую сторону; то же — повернуться два раза и т.д.).

-На уменьшенной площади опоры (стоя на кубе, присесть и выпрямиться; стоя на бруске на одной ноге, вытянуть другую ногу вперед).

-Удлинение времени сохранения позы («Ласточка», «Цапля» и др.).

-Исключение зрительного анализатора.

-Уменьшение площади опоры.

-Введение неустойчивой опоры.

-Введение сопутствующих движений.

-Упражнения с изменяющимися внешними условиями (рельеф, расположение и др.).

-Упражнения для тренировки вестибулярного аппарата(качели).

-Подвижные игры: «Лиса и куры», «Эстафета с равновесием и подлезанием», «Ходьба по начерченной линии», «Не теряй равновесия», «Ходьба и бег с картоном на голове», «Морская фигура», «Совушка».

Способность к произвольному мышечному расслаблению.

-Упражнения, требующие быстрее перехода мышц от напряженного к расслабленному состоянию.

-Упражнения, в которых напряжение одних мышц сочетается с расслаблением других.

-Упражнения, в которых требуется поддерживать движения по инерции расслабленной части тела за счет движений других частей.

-«Шалтай-болтай», «Саранча». И. п. – лежа на спине, ноги вместе, руки вытянуты за головой. 1 – оттянуть пальцы ног, потянуть пальцы рук; 2 – и. п. Выполнять 3–4 раза по 8 секунд.

- На вдохе вытянуть позвоночник, на выдохе расслабиться - напрячь мышцы правой ноги и расслабить левой, напрячь мышцы правой руки и левой ноги и т.п.

-«Червячок». Сидя на пятках, руки лежат на коленях. 1 – развести колени в стороны, руки согнуть в локтях; 2 – локти положить на пол, голову наклонить; 3–4 – и. п. Повторить 2–3 раза. Ладони рук параллельно, голову на пол не опускать.

-«Сбрось усталость», «Дерево». Встать прямо, ноги вместе, руки опущены. Поднять руки вверх, ладони повернуть друг к другу. Тянуться всем телом вверх. Спина прямая, подбородок приподнят, живот втянут. Через 10–15 секунд, развернув ладони в стороны, спокойно опустить руки. Это упражнение способствует росту ребенка.

При планировании занятий, упражнения на развитие координационных способностей включается во все части физкультурного занятия, в зависимости от решаемых задач.

Например, выполнение разного рода прыжков с чередованием ходьбы с разного вида шагами в подготовительной части на развитие способности к реагированию, к перестроению двигательных действий. Работа с повышенной площадью опоры в основной части занятия для развития чувства равновесия, причем для мальчиков и девочек задания здесь будут разные. В заключительной части можно включить упражнения для расслабления.

В подготовительной и заключительной части считаем целесообразным проведение некоторых специально-подготовительных координационных упражнений.

Например, в заключительной части занятия, можно использовать игру малой подвижности «Роботы и бабочки» для развития временных ориентировок и развития способности к реагированию. В этой игре мальчики слыша маршевую музыку, двигаются как роботы, при этом девочки застывают неподвижно. При звуках вальса – девочки двигаются как бабочки или балерины, а мальчики не двигаются.

В этих частях занятия основным способом организации занятий является фронтальный способ. Его можно применять при проведении общеразвивающих упражнений без предметов, с предметами, в ходьбе, беге, прыжках.

Для решения главных задач совершенствования координационных способностей используем основную часть занятия.

Например, если главной задачей ставится развитие равновесия, то будем использовать повышенную опору с разными заданиями для мальчиков и девочек. Допустим, мальчикам, дойдя до середины скамейки нужно присесть, а девочкам сделать хлопок под ногой.

Проводим координационные упражнения ближе к началу или середине основной части занятия, пока у детей сохраняется оптимальная психическая и общая работоспособность.

Упражнения, с помощью которых происходит одновременное развитие координационных способностей и гибкости, включаем в любое время основной и даже заключительной части занятия, в заданиях на дыхание, внимание, восстановление и расслабление мышц.

В заключительную часть вводим ряд упражнений, вырабатывающих чувство пространства, времени, дифференцирования мышечных усилий.

Например, в заключительной части занятия, можно включить элементы тренинга: воспитанники передвигаются по залу в положении «жуки» (на прямых руках и прямых ногах) и по сигналу переворачиваются в положение «пауки» (на прямых руках, полусогнутых ногах, спина провисает). После

пауков на слова воспитателя: «Устали пауки и легли отдохнуть, посмотреть на небо», дети ложатся – происходит расслабление всех групп мышц.

В основной части занятия стараемся шире применять поточный, групповой и индивидуальный способы.

Поточный способ организации занятий при развитии координационных способностей позволяет наблюдать за индивидуальным выполнением координационных упражнений и вносить соответствующие коррективы. Этот способ хорош при выполнении циклических и ациклических локомоций, акробатических упражнений, заданий с длинной скакалкой, на равновесие, проведение эстафет. Работу организовываем в 2-3 потока.

Групповая форма занятий предлагает выполнение определенных координационных упражнений каждой группой. Закончив упражнение, группы переходят на следующее место занятий, по часовой или против часовой стрелке. По сигналу воспитанники начинают очередное задание и так до тех пор, пока не пройдут все станции. Координационные упражнения должны быть разнообразными.

Распределить нагрузку во время года можно таким образом.

-Спортивные праздники и физкультурные развлечения проводить каждые 3 месяца (например, 1 раз в сезон);

-Интегрированные занятия проводить 2 раза в месяц, как итоговое тематическое мероприятие. В условиях нашего детского сада это тем более имеет смысл делать, т. к. в условиях календарно-тематического планирования каждая тема длится 2 недели;

-На первом занятии в неделю основную часть занятия проводить с мальчиками и девочками по подгруппам.

Для развития координационных способностей во время прогулки организовывались игры для мальчиков: футбол, хоккей и хоккей на траве, баскетбол. Для девочек: теннис, серсо, бадминтон. В играх друг друга дети принимали участие по желанию. При помощи родителей, был организован мини автопарк (3 самоката и 3 двухколесных велосипеда). При катании

мальчики осуществляли страховку девочек, а в нескольких случаях и обучение.

Построены снежные фигуры для развития чувства равновесия (повышенная плоскость опоры в форме змеи, снежные «пенечки» разной высоты) и развития пространственных ориентировок (ступеньки, туннель с возможностью и подлезания и перелезания, миналабиринт, импровизированная скала с канатом). Для развития чувства ритма девочкам приобретены скакалки, а для мальчиков изготовлена координационная лестница. Организована лыжня с небольшим понижением и повышением рельефа.

Скорректировано содержание физкультурного уголка в группе, приобретены и изготовлены такие игры как: мини гольф, серсо, боулинг, твистер.

Работу по физическому воспитанию детей необходимо проводить в тесном контакте со специалистами ДОО:

1. Логопед (совместное проведение праздников и развлечений, проведение интегрированных занятий, консультации о связи координации и речи, помощь в составлении папки по логоритмике),

2. Музыкальный руководитель (консультации по использованию физкультурных минуток на занятиях, утренняя гимнастика под музыкальное сопровождение, совместные интегрированные занятия и музыкально – спортивные развлечения, использование на занятиях упражнений и игр на развитие чувства ритма),

3. Медсестра (консультации по укреплению физического здоровья детей, консультации по проведению зрительной гимнастики, дыханию, артикулярному массажу, составление списков по группам здоровья, информирует о детях, освобожденных от физкультурных занятий).

Успешность и эффективность работы по физвоспитанию будет выше, если родители воспитанников будут активными ее участниками.

Для мотивирования родителей было проведено анкетирование (Приложение 4, анкета № 1).

При подведении результатов, выяснилось, что все родители испытывают страх перед тем, как ребенок будет себя чувствовать в школе. В основном эти страхи касались общения с учителем и ситуаций в бытовом плане.

Родители считают, что для успешной адаптации в школе может помочь посещение детского сада (22 человека), посещение кружков и секций (16 человек), сами родители (28 человек).

Сама адаптация ребенка к школе не преувеличена, хотя в личной беседе родители говорили о том, что раньше так много эта проблема не обсуждалась.

Восемь родителей не знают, как физическая готовность влияет на успешную адаптацию, 16 родителей знают, что есть такая разновидность готовности, но не знают как она влияет на самочувствие ребенка в школе. Шесть человек знают о роли физической готовности.

О связи физического и умственного развития родители знают, но каким образом физическое влияет на умственное затрудняются ответить.

Все родители отрицательно ответили о преувеличении роли физического развития.

Для планирования работы с родителями было проведено повторное анкетирование (Приложение № 4, анкета № 2). Оно показало, что родители не знают о составляющих координационных способностей, не знают каким образом они влияют на общее развитие детей. Не знают, что влияет на развитие этих способностей.

Все родители выразили готовность принять помощь для развития координационных способностей в домашних условиях и указали помощь какого вида хотели бы получить: 14 человек – консультации, 6 человек – индивидуальные беседы, 30 человек – хотели бы присутствовать на

физкультурных занятиях, 16 человек – участвовать в мероприятиях. В графе «другое», 6 человек записали помощь в изготовлении пособий.

На основании полученных данных, разработаны формы взаимодействия с родителями по четырем направлениям.

1. Совместная деятельность детей и родителей в ДОУ:

-проведение совместных физкультурных развлечений и праздников в качестве участников игр-эстафет и групп поддержки (спортивные праздники «А ну-ка, мальчики!», «А ну-ка, девочки!», «День защиты детей»),

-организация физкультурных занятий с участием родителей.

При организации занятий с разделением детей на подгруппы, осуществить одному педагогу дифференцированный подход по гендерному признаку довольно затруднительно, поэтому помощь родителей в данном случае просто не заменима. Перед такими занятиями с родителями необходимо проводить беседу о способах учёта половых особенностей воспитанников процессе занятий.

2. Совместная деятельность педагога и родителей:

-организация родительского клуба «Папа, мама, я – здоровая семья» (участие в «Лыжне России», в «Кроссе России», в спортивных праздниках разного уровня),

-«Хочу посоветовать» (советы и консультации родителя – родителю о развитии физических качеств и координационных способностей, в том числе и укреплении здоровья детей).

3. Просветительская деятельность:

-копилка игр для родителей по развитию координационных способностей;

-рекомендации, консультации, папки-передвижки о влиянии координации на физическое развитие, на развитие умственных способностей, на формирование многих психических процессов.

4. Совместная деятельность детей и родителей в семье:

-утренняя гимнастика с включением упражнений для развития координационных способностей («Цапля», «Жучки-паучки» и т.д.),

-физкультурные минутки,

-игры, игровые упражнения.

Диагностика детей на заключительном этапе исследования проводилась с 20 по 30 мая 2017 года. Результаты диагностирования (Приложение 3, таблицы 4, 5), выявили уровни развития координационных способностей мальчиков и девочек 6-7 лет.

Таблица 3

Уровни развития мальчиков 6-7 лет на заключительном этапе
исследования

№ п/п	Ф.И. ребенка	Челночный бег (3x10м) (сек.)	Прыжки через скакалку (кол-во)	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во)	Отбивание мяча от пола (кол-во)	Статическое равновесие (сек.)	Наклоны вперёд из положения стоя (см)
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Александр Ч.	В	С	С	С	С	С
2	Алексей В.	С	С	С	С	С	С
3	Илья Ш.	В	С	В	С	В	С
4	Кирилл Е.	С	С	С	С	С	Н
5	Кирилл Р.	В	С	В	С	С	С
6	Лев Ш.	В	С	С	С	С	С
7	Никита Е.	С	С	В	С	В	С
8	Николай И.	С	С	С	С	В	С
9	Платон А.	В	С	В	С	В	С

Продолжение таблицы № 3

1	2	3	4	5	6	7	8
10	Роман К.	С	С	В	С	В	С
11	Савелий У.	С	С	С	С	С	Н
12	Семен С.	С	С	С	С	С	Н

Таблица 4

Уровни развития девочек 6-7 лет на заключительном этапе
исследования

№ п/п	Ф.И. ребенка	Время челночного бега (3x10м) (сек.)	Прыжки через скакалку (кол-во)	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во)	Отбивание мяча от пола (кол-во)	Статическое равновесие (сек.)	Наклоны вперед из положения стоя (см)
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Александра М.	В	С	С	С	С	С
2	Анна Д.	Н	С	С	Н	С	С
3	Арина А.	Н	С	В	С	С	С
4	Варвара Г.	С	В	В	В	В	С
5	Вера Х.	Н	С	С	Н	С	В
6	Виктория Р.	Н	С	С	С	С	С
7	Екатерина С.	С	С	С	Н	С	С
8	Ксения А.	В	С	С	С	В	В
9	Ксения Л.	В	С	С	С	В	В
10	Лика Г.	С	С	С	С	С	С
11	Маргарита К.	С	С	В	Н	В	С
12	Мария К.	В	С	В	С	С	В

Продолжение таблицы № 4

1	2	3	4	5	6	7	8
13	Мирослава Н.	С	С	В	С	С	С
14	Надежда А.	С	В	В	С	В	С
15	Николь М.	С	С	В	С	В	С
16	Ольга М.	С	С	С	С	С	В
17	Полина Д.	С	С	В	С	С	С
18	София С.	С	С	В	С	С	С

Наглядно уровни развития старших дошкольников представлены на рисунках 3и 4.

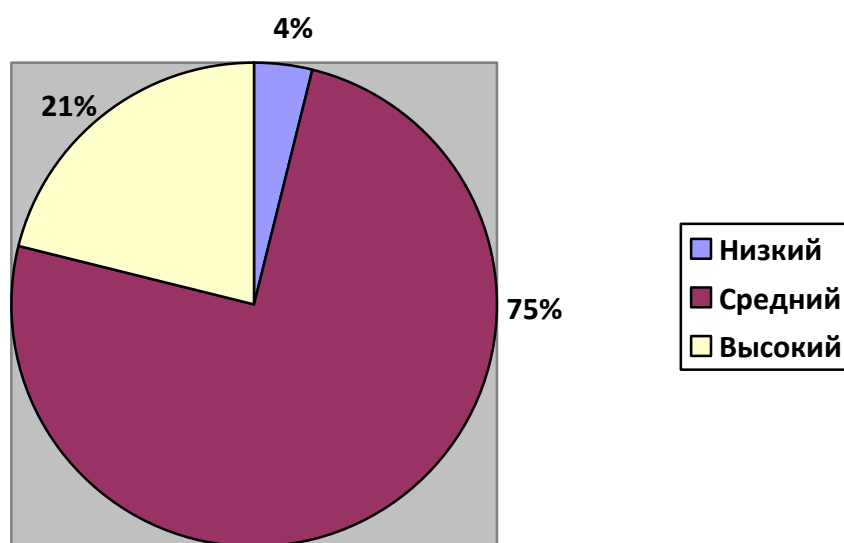


Рис. 3. Диаграмма уровней развития координационных способностей мальчиков 6-7 лет на 30 мая 2017 г

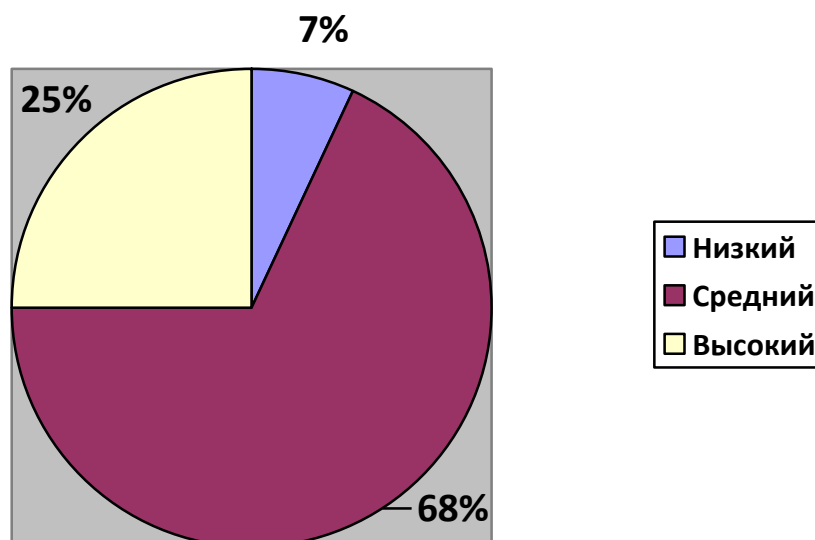


Рис. 4. Диаграмма уровней развития координационных способностей девочек 6-7 лет на 30 мая 2017 г

Сопоставив результаты на начальном и конечном этапах, можно сказать, что целенаправленное включение в образовательный процесс системы действий педагога, направленной на развитие координационных способностей мальчиков и девочек, дало положительный результат.

У мальчиков, так же как и у девочек есть низкий уровень развития координационных способностей, но доля его мала в сравнении с начальным этапом исследования. Существенно вырос процент среднего уровня развития координации и у мальчиков и у девочек. Появился высокий уровень развития координационных способностей и у мальчиков и у девочек.

Для оценки прироста физических качеств детей мы использовали формулу В. И. Усакова [55, стр. 32]

$$W=100(V_2-V_1)/0.5(V_1+V_2)$$

Где:

W – показатель темпов прироста, выражается в %;

V_1 – показатель развития на начальном этапе исследования

V_2 – показатель развития на заключительном этапе исследования

По В. И. Усакову интерпретация результатов выглядит таким образом:

- до 8 % - процент прироста считается неудовлетворительным;
- 8 – 10 % - процент прироста считается удовлетворительным;
- 10 – 15 % - процент прироста считается хорошим;
- свыше 15 % - процент прироста считается отличным.

Произведя расчеты, мы получили следующие результаты у мальчиков:

- челночный бег (3х10м) – 16 % (отлично)
- прыжки через скакалку – 24 % (отлично)
- подбрасывание и ловля мяча – 22 % (отлично)
- отбивание мяча от пола – 19 % (отлично)
- статическое равновесие – 19 % (отлично)
- наклоны вперед из положения стоя – 18 % (отлично).

Средний процент прироста координационных способностей у мальчиков составил 20%.

У девочек получились сходные данные:

- челночный бег (3х10м) – 18 % (отлично)
- прыжки через скакалку – 22 % (отлично)
- подбрасывание и ловля мяча – 20 % (отлично)
- отбивание мяча от пола – 16 % (отлично)
- статическое равновесие – 22 % (отлично)
- наклоны вперед из положения стоя – 20 % (отлично).

Средний процент прироста координационных способностей у девочек составил так же 20%.

Возрос интерес родителей к проблеме физического воспитания детей в том числе и к проблеме развития координационных способностей. Это проявляется в том, что:

- 5 мальчиков начали посещать футбольные секции,
- 4 мальчика записаны в секцию дзюдо,
- 2 мальчика записаны в секцию каратэ,
- 5 девочек посещают хореографические студии,

- 4 девочки начали посещать секцию художественной гимнастики,
- 3 девочки посещают секцию фигурного катания,
- 4 девочки посещают секцию плавания.

24 ребенка в условиях детского сада посещают хореографию 20 воспитанников логоритмику на условиях дополнительного образования. Такое количество детей подготовительной к школе группы в нашем детском саду посещают секции и студии впервые.

По отзывам родителей у 18 детей дома в течении года были оборудованы спортивные уголки шведскими лестницами, канатами, фитболами, обручами. Приобретены игры для домашнего использования: твистер, дартс, минигольф.

Взросла заинтересованность специалистов детского сада и воспитателей других групп. Это можно объяснить тем, что результаты мониторинга по освоению общеобразовательной программы детьми подготовительной к школе группы в конце образовательного периода оказались выше в сравнении с 2 предыдущими результатами подготовительных групп. В первом случае увеличение среднего результата освоения общеобразовательной программы составило 2,2 %, а во втором случае 2,4 %.

Выводы по второй главе:

1. При проведении исследования уровня развития координационных способностей на начальном этапе мы пришли к выводу, что необходимо включать упражнения и подвижные игры на развитие координационных способностей с учетом гендерных особенностей мальчиков и девочек во время занятий, утренней гимнастики, физкультурных минуток и на прогулке.

2. Необходимо участие родителей воспитанников и специалистов детского сада.

3. Определив направления учёта половых особенностей дошкольников в двигательной деятельности, поэтапность включения

упражнений, место упражнений в занятии и их разновидности для мальчиков и девочек, реализовали систему работы педагога по развитию координационных способностей на основе дифференцированного подхода с учетом гендерных особенностей старших дошкольников, получив при этом отличный результат.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В нормативно – правовой базе говорится о том, что каждому ребенку должны быть предоставлены возможности и благоприятные условия, которые позволяли бы ему развиваться физически, умственно, нравственно и духовно.

Учитывая то, что старший дошкольный возраст является сенситивным для развития координационных способностей, а целенаправленное развитие координационных способностей оказывает стимулирующее влияние на формирование таких высших психических функций, как произвольное внимание, память, мышление, воображение мы исследовали развитие координационных способностей более пристально.

Изучив научно-методическую литературу по Программе «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой [11] и методическую литературу по физическому воспитанию Л. И. Пензулаевой «Физическая культура в детском саду» [47], пришли к следующим выводам:

- есть упоминание о гендерном подходе;
- не раскрыты теоретические обоснования к его применению;
- нет практических рекомендаций по его осуществлению.

Именно это и стало целью нашей работы, а именно теоретически обосновать и разработать систему деятельности педагога по развитию координационных способностей старших дошкольников на основе дифференцированного подхода.

Для достижения поставленной цели необходимо было решить следующие задачи:

- изучить теоретические основы развития координационных способностей детей дошкольного возраста;

- определить анатомио – физиологические и психологио – педагогические особенности мальчиков и девочек дошкольного возраста как основу для развития физических способностей;

- разработать систему деятельности педагога по развитию координационных способностей детей 6-7 лет на основе дифференцированного подхода и выявить ее эффективность.

Изучив теоретические основы развития координационных способностей детей дошкольного возраста, пришли к выводу, что именно в дошкольном возрасте закладываются основы гармоничного развития личности, ее физические совершенства - основы здоровья, долголетия, формируется много двигательных навыков, развиваются физические качества (ловкость, скорость, сила и др.), а старший дошкольный возраст является сенситивным для развития координационных способностей.

По второй задаче можно сказать, что - в старшем дошкольном возрасте анатомо-физиологические особенности детей продолжают совершенствоваться, всё более приближаясь к показателям организма взрослого человека. Костно-мышечная система, как система в основном выполняющая координационные функции не только совершенствуется, но в ней продолжают развиваться различия присущие мужскому и женскому организмам. Это подтверждает необходимость дифференцированного подхода на гендерной основе.

Для решения третьей задачи провели диагностику мальчиков и девочек 6 - 7 лет (подготовительная к школе группа) на начальном этапе исследования по тестам М. А. Руновой [53] и пришли к выводу, что уровень развития координационных способностей воспитанников довольно низкий. Причем, соотношение среднего и низкого уровней развития примерно одинаково. Высокий уровень развития координационных способностей есть у мальчиков, но доля его мала.

При разработке системы деятельности педагога по развитию координационных способностей детей 6 - 7 лет на основе

дифференцированного подхода опирались на принципы развивающего и воспитывающего обучения; принципы всесторонности, последовательности, систематичности, сознательности, активности и дифференцированного подхода.

Использовали методы стандартно-повторного и вариативного упражнения, игровой метод и соревновательный.

Руководствовались, хорошо известными, педагогическими правилами: от низкой скорости к высокой, от легкого к трудному, от малого к большому.

Обозначили направления, по которым можно вести учёт гендерных особенностей старших дошкольников в процессе занятий физическими упражнениями. В основном это педагогическое руководство двигательной деятельностью (подбор упражнений, нормирование физической нагрузки, взаимодействие, требования к качеству выполнения заданий, оценка деятельности).

Определили в занятии место включения тех или иных упражнений и варианты организации двигательной деятельности для развития координационных способностей мальчиков и девочек.

Скорректировали работу во время прогулок с учетом поставленной цели.

Обновили и дополнили оборудование физкультурного уголка в группе.

Подобрали формы взаимодействия со специалистами ДОУ и родителями воспитанников.

Реализовав систему деятельности педагога по развитию координационных способностей детей 6 - 7 лет на основе дифференцированного подхода, провели диагностику на заключительном этапе исследования. Пришли к выводу, что у мальчиков, так же как и у девочек есть низкий уровень развития координационных способностей, но доля его мала в сравнении с начальным этапом исследования. Существенно вырос процент среднего уровня развития координации и у мальчиков и у

девочек. Появился высокий уровень развития координационных способностей и у мальчиков и у девочек.

Для оценки прироста физических качеств детей мы использовали формулу В. И. Усакова [55], которая показала, что мы достигли отличных результатов.

На основании всего вышесказанного, как итог, можно сказать, что проведенная работа, в соответствии с поставленной целью, дала положительный результат и способствовала развитию координационных способностей мальчиков и девочек старшего дошкольного возраста.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бальсевич, В. К. Развитие быстроты и координации движений у детей 5-6 лет [Текст] / В. К. Бальсевич, М. Н. Королева, Л. Т. Майорова, // Теория и практика физ. культуры. - 2002, - №10. –С.63-68.
2. Беззубцева, И. В. О дружбе со спортом. [Текст] / И. В. Беззубцева. – М. : Гном, 2006. – 188 с.
3. Белкин, А.С. Педагогическая компетентность [Текст] : учебное пособие / А.С. Белкин, В.В. Нестеров. – Екатеринбург : Центр «Учебная книга», 2003. – 188 с.
4. Бернштейн, Н. А. О ловкости и её развитии. [Текст] / Н. А. Берштейн – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 335 с.
5. Бернштейн, Н. А. О построении движений. Биомеханика и физиология движений [Текст] / Н. А. Берштейн ; под ред. В.П. Зинченко. – М.: Издательство "Институт практической психологии", Воронеж: НПО "МОДЭК", 1997. – 310 с.
6. Бернштейн, Н. А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности [Текст] / Н. А. Берштейн — М. : Медицина, 1996. – 211 с.
7. Борисова, М. М. Физическое воспитание дошкольников. Часть 1 [Текст] / М. М. Борисова, Л. В. Лебедева. — М. : Акапринт, 2005. – 214 с.
8. Брызгалова, А. Н. Игровые модели воспитания и обучения: Предметно-игровая развивающая среда в дошкольном учреждении: пособ. для воспитателей и педагогов [Текст] / А. Н. Брызгалова – М. : Школьная Пресса, 2005. - 32 с.
9. Вавилова, Е. Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость. Пособие для воспитателя детсада [Текст] / Е. Н. Вавилова – М. : «Просвещение», 1991. – 190 с.
10. Венгер, Л. А. Воспитание сенсорной культуры ребёнка [Текст] / Л. А. Венгер, Э. Г. Пилюгина, Н. Б. Венгер. - М. : Просвещение, 2005. – 205 с.

11. Веракса, Н. Е. От рождения до школы. Примерная общеобразовательная программа дошкольного образования [Текст] / Н. Е. Веракса, Т. С. Комарова, М. А. Васильева. – М. : Мозаика-Синтез, 2014. – 356 с.
12. Верхошанский, Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсменов [Текст] / Ю. В. Верхошанский. — М.: Физкультура и спорт, 1988. — 330 с.
13. Возрастная и педагогическая психология [Текст] / Под ред. А. В. Петровского.— М. : Издательский центр «Академия», 1999. – 239 с.
14. Волков, В. М. Морфофункциональные особенности растущего организма [Текст] / В. М. Волков. – М.: ФиС, 1978. – 167 с.
15. Волков, В. М. К проблеме развития двигательных способностей [Текст] / В. М. Волков // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 5. – С.41-48.
16. Волков, В. М. К проблеме развития двигательных способностей [Текст] / В. М. Волков // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 6. – С.38-43.
17. Галигузова, Л. Н. Творческие проявления в игре детей дошкольного возраста [Текст] / Л. Н. Галигузова //Вопросы психологии. – 2003. №2. –С.17-26.
18. Глазырина, Л. Д. Физическая культура – дошкольникам. Старший возраст [Текст] / Л. Д. Глазырина. – М. : Владос, - 2000. – 193 с.
19. Горькова, Л. Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий [Текст] / Л. Горькова, Л. Обухова. – М. : Изд. 5 за знания, – 2005. – 98 с.
20. Гриненко, М. Ф. С помощью движений [Текст] / М. Ф. Гриненко, Решетников Г. С. – М. : Физкультура и спорт, – 1991. – 33с.
21. Гуткина, Н. И. Психологическая готовность к школе [Текст] /Н. И.Гуткина. — СПб. : Питер, 2004. — 208 с.

22. Дворкина, Н., Методика сопряженного развития физических качеств у детей 3-6 лет на основе подвижных игр [Текст] / Н. Дворкина. – М. : Изд.: Советский спорт, 2005. – 198 с.
23. Декларация прав ребенка [Электронный ресурс] URL: <http://www.un.org/ru/documents> (дата обращения 11.10.2017)
24. Донской, Д. Д. Биомеханика. Учебник для институтов физической культуры [Текст] / Д. Д. Донской, В. М. Зациорский. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 264 с.
25. Жигалин, Г. С. Возрастные особенности координации движений верхних конечностей у детей [Текст] / Г. С. Жигалин. – М. : Физкультура и спорт, 1968. – 16 с.
26. Зимонина В. Н. Воспитание ребенка-дошкольника: развитого, организованного, самостоятельного, инициативного, неболеющего, коммуникативного, аккуратного [Текст] / В. Н. Зимонина. — М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004. — 304 с.
27. Иванова С. С., Формирование координационных способностей детей дошкольного возраста средствами оздоровительной работы в дошкольном образовательном учреждении [Текст] // Актуальные вопросы современной педагогики: материалы VII междунар. науч. конф. — Самара: Асгард, 2015. — С. 38-41.
28. Ильинич, В. И. Физическая культура студента: учебник [Текст] / Под ред. В.И. Ильинича. М.: Гардарики. – М. : Просвещение, 2000. — 448 с.
29. Исаев, Д. Н. Половое воспитание и психогигиена пола у детей [Текст] / Д. Н. Исаев, В. Е. Каган. – Л. : Медицина, 1980. – 205 с.
30. Кенеман, А. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста [Текст] / А. В. Кенеман, Д. В. Хухлаева. – М. : Просвещение, 1985. – 210 с.
31. Кириллова, Ю. А. Физкультурные упражнения и подвижные игры на свежем воздухе [Текст] / Ю. А. Кириллова. – М. : Изд.: Детство-Пресс, – 2005. – 180 с.

32. Кожухова, Н. Н. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях [Текст] / Н. Н. Кожухова Н. Н., Рыжкова Л. А., М. М. Самодурова. Под ред. С. А. Козловой. – М. : Издательский центр «Академия», 2002. – 320 с.
33. Конвенция о правах ребенка [Электронный ресурс] / URL: <http://www.un.org/ru/documents> (дата обращения 21.09.2017)
34. Котелевская, Н. Б. Дифференцированная методика физического воспитания дошкольников с учетом закономерностей возрастной эволюции [Текст] / Н. Б. Котелевская. – СПб. : Питер, 2000. – 24 с.
35. Кочеткова, Л. В., Оздоровление детей в условиях детского сада [Текст] / Л. В. Кочеткова. – М : Сфера, 2007. – 89 с.
36. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры [Текст] / Ю. Ф. Курамшин. - М. : Советский спорт, 2010. – 235 с.
37. Лукьяненко, В. П. Физическая культура : основы знаний [Текст] / В. П. Лукьяненко. Ставрополь : Изд-во СГУ, – 2001. – 224 с.
38. Лях, В. И. Координационные способности: диагностика и развитие [Текст] / В. И. Лях. – М. : ТВТ Дивизион, 2006. – 290 с.
39. Майорова, Л. Т. Воспитание координационных способностей у детей дошкольного возраста [Текст] / Л. Т. Майорова, Н. Г. Лопина. – Омск: СибГАФК, 2000. – 56 с.
40. Мещерякова, Е. А. Дети и здоровье [Текст] / Е. А. Мещерякова. Омск: ОГИФК, 1993. – 79 с.
41. Минаев, Б. Н. Основы методики физического воспитания школьников [Текст] / Б. Н. Минаев. – М. : Просвещение, 1989. – 222 с.
42. Мирясова, В. И. Занимательные игры в детском саду [Текст] / В. И. Мирясова. – М. : Школьная Пресса, 2004. – 80 с.
43. Немов, Р. С. Психология. Учеб пособие для студентов [Текст] / Р. С. – М. : ВЛАДОС, 1995. – 85 с.

44. Общая психология. Курс лекций для первой ступени педагогического образования / Под ред. Е. И. Рогова. – М. :ВЛАДОС, 1995. – 189 с.
45. Овчарова, Р. В. Технологии практического психолога образования [Текст] / Р. В. Овчарова. – М. : ТЦ «Сфера», 2000. – 110 с.
46. Осокина, Т. И. Физическая культура в детском саду [Текст] / Т. И. Осокина. – М. : «Просвещение», 1993. – 125 с.
47. Пензулаева, Л. И. Физкультурные занятия в детском саду, подготовительная к школе группа [Текст] / Л. И. Пензулаева. – М. : Мозаика-Синтез, 2015. – 184 с.
48. Петрище, И. П. О половом воспитании детей и подростков [Текст] / И. П. Петрище. – Минск : Народная Асвета, 1990. - 161 с.
49. Погадаев, Г. И. Настольная книга учителя физической культуры [Текст] / Г. И. Погадаев. - М. : Физкультура и спорт, 2000 - 496с.
50. Прищепа, С. С. Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет [Текст] / С. С. Прищепа. – М. : ТЦ Сфера, 2009. – 128 с.
51. Репина, Т. А. Мальчики и девочки: две половинки [Текст] / Т. А. Репина // Обруч. – 1998 - № 6. – с.3–5.
52. Романова, Е. Е. Комплексное использование средств физического воспитания на основе оценки и коррекции физического состояния детей 5-6 лет [Текст] / Е. Е. Романова: Автореф. – СПб. : 1999. – 184 с.
53. Рунова, М. А. Двигательная активность ребенка в детском саду [Текст] / М. А. Рунова. – М. : Мозаика – Синтез, 2004. – 256 с.
54. Тарасова, Т. А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста: Методические рекомендации для руководителей и педагогов ДОУ [Текст] / Т. А. Тарасова. – М. : ТЦ Сфера, 2005. - 175 с.
55. Усаков, В. И. Педагогический контроль за физической подготовленностью дошкольников [Текст] / В. И. Усаков. Красноярск: изд-во КГПИ, 1989. – 120 с.

56. ФГОС ДО [Электронный ресурс] / URL: <http://nsportal.ru> (дата обращения 29.09.2017)

57. Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М. : Издательский центр «Академия», 2000. – 480 с.

58. Чаленко, И. А. Современные уроки физкультуры в начальной школе [Текст] / И. А. Чаленко. – Ростов н/Д. : Феникс, 2003. – 256 с.

59. Эльконин, Д. Б. Детская психология: развитие ребенка от рождения до семи лет [Текст] / Д. Б. Эльконин. — М. : Мозаика-Синтез, 1960. – 286 с.

60. Эльконин, Д. Б. Психология игры. Развитие игры в дошкольном возрасте [Текст] / Д. Б. Эльконин. — М. : Мозаика-Синтез, 1978. – 270 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Таблица 1

Ориентировочные показатели развития координационных способностей
детей 6-7 лет (по Руновой М.А.)

№	Наименование показателя.	Пол	6 лет	7 лет
1	Время челночного бега (3x10м) (сек.)	Мал.	11,2 – 9,9	9,8 – 9,5
		Дев.	11,3 – 10,0	10,0 – 9,9
2	Прыжки через скакалку (кол-во)	Мал.	3 - 15	7 - 21
		Дев.	3 - 20	15 - 45
3	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во)	Мал.	26 – 40	45 – 60
		Дев.	26 – 40	40 – 55
4	Отбивание мяча от пола (кол-во)	Мал.	11 – 20	35 – 70
		Дев.	10 – 20	35 – 70
5	Статическое равновесие (сек.)	Мал.	25 – 35	35 – 42
		Дев.	30 – 40	45 – 60
6	Наклоны вперёд из положения стоя (см)	Мал.	4 – 7	5 – 8
		Дев.	7 – 10	8 - 12

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Таблица 2

Показатели развития координационных способностей мальчиков 6-7 лет
на 10 сентября 2016 г (по М. А. Руновой)

№ п/п	Ф.И. ребенка	Время челночного бега (3x10м) (сек.)	Прыжки через скакалку (кол-во)	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во)	Отбивание мяча от пола (кол-во)	Статическое равновесие (сек.)	Наклоны вперёд из положения стоя (см)
1	Александр Ч.	10,7	1	28	18	22	3
2	Алексей В.	11,2	2	19	8	22	3
3	Илья Ш.	10,2	2	52	16	31	3
4	Кирилл Е.	11,9	2	22	15	20	2
5	Кирилл Р.	10,5	2	33	16	34	3
6	Лев Ш.	11,0	2	35	16	32	2
7	Никита Е.	11,1	2	32	12	21	2
8	Николай И.	10,4	1	27	16	32	2
9	Платон А.	10,5	2	32	17	31	3
10	Роман К.	12,0	2	36	18	24	2
11	Савелий У.	12,1	2	21	15	19	2
12	Семен С.	12,0	1	30	15	20	3

Показатели развития координационных способностей девочек 6-7 лет
на 10 сентября 2016 г (по М. А. Руновой)

№ п/п	Ф.И. ребенка	Время челночного бега (3x10м) (сек.)	Прыжки через скакалку (кол-во)	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во)	Отбивание мяча от пола (кол-во)	Статическое равновесие (сек.)	Наклоны вперёд из положения стоя (см)
1	Александра М.	11,7	16	32	9	37	5
2	Анна Д.	12,6	14	29	7	23	4
3	Арина А.	12,2	3	34	13	23	5
4	Варвара Г.	10,8	12	36	15	39	6
5	Вера Х.	11,9	19	31	16	37	7
6	Виктория Р.	11,9	17	31	9	32	5
7	Екатерина С.	12,0	19	33	19	33	4
8	Ксения А.	11,7	15	32	8	32	5
9	Ксения Л.	11,8	19	36	18	35	7
10	Лика Г.	11,9	3	19	13	12	4
11	Маргарита К.	12,1	18	38	7	36	5
12	Мария К.	10,8	16	38	9	38	5
13	Мирослава Н.	12,4	11	31	14	37	6
14	Надежда А.	10,9	16	37	14	37	5
15	Николь М.	11,8	13	34	14	24	5
16	Ольга М.	11,3	18	34	9	35	6
17	Полина Д.	12,0	11	21	13	38	5
18	София С.	10,8	14	32	15	38	6

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Таблица 4

Показатели развития координационных способностей
мальчиков 6 – 7 лет на 30 мая 2017 г (по М. А. Руновой)

№ п/п	Ф.И. ребенка	Время челночного бега (3x10м) (сек.)	Прыжки через скакалку (кол-во)	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во)	Отбивание мяча от пола (кол-во)	Статическое равновесие (сек.)	Наклоны вперёд из положения стоя (см)
1	Александр Ч.	9,3	12	42	48	40	6
2	Алексей В.	9,7	12	42	42	39	5
3	Илья Ш.	9,1	13	68	56	48	6
4	Кирилл Е.	9,8	9	35	35	41	4
5	Кирилл Р.	9,3	8	42	36	41	6
6	Лев Ш.	9,3	10	38	38	35	6
7	Никита Е.	9,7	15	47	43	43	6
8	Николай И.	9,8	11	38	36	48	6
9	Платон А.	9,4	11	48	37	49	7
10	Роман К.	9,6	12	48	45	45	5
11	Савелий У.	9,8	9	31	35	39	3
12	Семен С.	9,7	9	36	35	40	4

Показатели развития координационных способностей
 девочек 6 – 7 лет на 30 мая 2017 г (по М. А. Руновой)

№ п/п	Ф.И. ребенка	Время челночного бега (3x10м) (сек.)	Прыжки через скакалку (кол-во)	Подбрасывание и ловля мяча (кол-во)	Отбивание мяча от пола (кол-во)	Статическое равновесие (сек.)	Наклоны вперёд из положения стоя (см)
1	Александра М.	9,8	29	51	41	53	12
2	Анна Д.	10,2	29	47	28	52	8
3	Арина А.	10,9	12	46	39	53	8
4	Варвара Г.	10,1	21	48	81	63	8
5	Вера Х.	10,2	29	49	33	52	14
6	Виктория Р.	10,3	30	49	40	54	10
7	Екатерина С.	10,0	32	51	34	60	9
8	Ксения А.	9,6	25	50	37	63	13
9	Ксения Л.	9,7	31	54	38	62	14
10	Лика Г.	10,0	11	33	41	53	9
11	Маргарита К.	9,9	28	56	27	66	12
12	Мария К.	9,7	31	56	38	53	13
13	Мирослава Н.	9,9	13	48	48	54	9
14	Надежда А.	10,0	18	46	37	52	9
15	Николь М.	10,0	15	46	48	62	10
16	Ольга М.	10,0	31	52	39	54	13
17	Полина Д.	10,2	17	47	44	48	9
18	София С.	10,2	17	47	57	48	8

Анкета для родителей № 1

«Скоро в школу»

Уважаемые родители! Ваши ответы помогут нам скорректировать работу по Вашему запросу.

1. Испытываете ли Вы страх перед тем, как Ваш ребенок будет чувствовать себя в школе? (Отметить можно несколько вариантов ответа):

- в общении с учителями,
- в общении с другими учениками,
- в бытовом плане (переодеться, отпроситься, присмотр и сохранность личных вещей),
- не испытываю страхов,
- думаю, что все проблемы будем решать уже в школе

2. Как Вы считаете, что может помочь Вашему ребенку успешно адаптироваться в школе? (Отметить можно несколько вариантов ответа):

- достаточно посещения детского сада и освоения примерной общеобразовательной программы,
- посещение подготовительных курсов в той школе, куда пойдет ребенок,
- посещение кружков и секций,
- занятия с психологом,
- сами родители,
- мой ребенок со всеми проблемами справится сам.

3. Считаете ли Вы, что проблема адаптации ребенка к школе преувеличена?

- да, считаю,
- нет, не считаю

3. Знаете ли Вы, как влияет физическая готовность на успешную адаптацию в школе?

- да, знаю
- нет, не знаю,
- знаю, что влияет, но не знаю как.

4. Знаете ли Вы как влияет физическое развитие на развитие внимания, памяти, мышления, воображения?

- да, знаю,
- нет, не знаю,
- знаю, что влияет, но не знаю как.

5. Считаете ли Вы, что роль физического развития и здорового образа жизни преувеличена?

- да,считаю,
- нет, не считаю.

Большое спасибо за участие!

Анкета для родителей № 2

«Развитие координации»

1. Знаете ли Вы, что относится к координационным способностям?

- да,
- нет

2. Знаете ли Вы, как влияет развитие координационных способностей на общее развитие ребенка?

- да, знаю,
- нет, не знаю
- знаю, что влияет, но не знаю как

3. Знаете ли Вы, что способствует развитию координационных способностей?

- да, знаю
- нет, не знаю

4. Нужна ли Вам помощь для способствования развития координационных способностей в домашних условиях?

- да, нужна,
- нет, не нужна.

5. Если бы Вы хотели получить помощь, то в каком виде? (можно отметить несколько пунктов)

- консультация,
- индивидуальная беседа,
- присутствие на физкультурном занятии,
- участие в мероприятиях, связанных с развитием координационных способностей.

Допишите другое _____

Большое спасибо за участие!

арти: *А. В. К.*
Категория: *И. В. К.*
результата примеров: *идеология, идеология, идеология*

#####

Pratt
(111111111)

Richard P. A.
(00117)

в результатах проверки ВКР системой «Антиплагиат».

На основании контракта с ЗАО «Анти-Плагиат» № 3/5-17 от 09.03.2017 года
заблуждение доступа к информации системы автоматизированной проверки
текстов «Антиплагиат», проверена работа студента УрГПУ
ФИО Алимова ЛМ

ние нитрата факультета ИИИД, получены следующие результаты:

Средний балл составляет 5,22

1 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120 121 122 123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137 138 139 140 141 142 143 144 145 146 147 148 149 150 151 152 153 154 155 156 157 158 159 160 161 162 163 164 165 166 167 168 169 170 171 172 173 174 175 176 177 178 179 180 181 182 183 184 185 186 187 188 189 190 191 192 193 194 195 196 197 198 199 200 201 202 203 204 205 206 207 208 209 210 211 212 213 214 215 216 217 218 219 220 221 222 223 224 225 226 227 228 229 230 231 232 233 234 235 236 237 238 239 240 241 242 243 244 245 246 247 248 249 250 251 252 253 254 255 256 257 258 259 260 261 262 263 264 265 266 267 268 269 270 271 272 273 274 275 276 277 278 279 280 281 282 283 284 285 286 287 288 289 290 291 292 293 294 295 296 297 298 299 300 301 302 303 304 305 306 307 308 309 310 311 312 313 314 315 316 317 318 319 320 321 322 323 324 325 326 327 328 329 330 331 332 333 334 335 336 337 338 339 340 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 356 357 358 359 360 361 362 363 364 365 366 367 368 369 370 371 372 373 374 375 376 377 378 379 380 381 382 383 384 385 386 387 388 389 390 391 392 393 394 395 396 397 398 399 400 401 402 403 404 405 406 407 408 409 410 411 412 413 414 415 416 417 418 419 420 421 422 423 424 425 426 427 428 429 430 431 432 433 434 435 436 437 438 439 440 441 442 443 444 445 446 447 448 449 450 451 452 453 454 455 456 457 458 459 460 461 462 463 464 465 466 467 468 469 470 471 472 473 474 475 476 477 478 479 480 481 482 483 484 485 486 487 488 489 490 491 492 493 494 495 496 497 498 499 500 501 502 503 504 505 506 507 508 509 510 511 512 513 514 515 516 517 518 519 520 521 522 523 524 525 526 527 528 529 530 531 532 533 534 535 536 537 538 539 540 541 542 543 544 545 546 547 548 549 550 551 552 553 554 555 556 557 558 559 560 561 562 563 564 565 566 567 568 569 570 571 572 573 574 575 576 577 578 579 580 581 582 583 584 585 586 587 588 589 590 591 592 593 594 595 596 597 598 599 600 601 602 603 604 605 606 607 608 609 610 611 612 613 614 615 616 617 618 619 620 621 622 623 624 625 626 627 628 629 630 631 632 633 634 635 636 637 638 639 640 641 642 643 644 645 646 647 648 649 650 651 652 653 654 655 656 657 658 659 660 661 662 663 664 665 666 667 668 669 670 671 672 673 674 675 676 677 678 679 680 681 682 683 684 685 686 687 688 689 690 691 692 693 694 695 696 697 698 699 700 701 702 703 704 705 706 707 708 709 710 711 712 713 714 715 716 717 718 719 720 721 722 723 724 725 726 727 728 729 730 731 732 733 734 735 736 737 738 739 740 741 742 743 744 745 746 747 748 749 750 751 752 753 754 755 756 757 758 759 760 761 762 763 764 765 766 767 768 769 770 771 772 773 774 775 776 777 778 779 780 781 782 783 784 785 786 787 788 789 790 791 792 793 794 795 796 797 798 799 800 801 802 803 804 805 806 807 808 809 810 811 812 813 814 815 816 817 818 819 820 821 822 823 824 825 826 827 828 829 830 831 832 833 834 835 836 837 838 839 840 841 842 843 844 845 846 847 848 849 850 851 852 853 854 855 856 857 858 859 860 861 862 863 864 865 866 867 868 869 870 871 872 873 874 875 876 877 878 879 880 881 882 883 884 885 886 887 888 889 890 891 892 893 894 895 896 897 898 899 900 901 902 903 904 905 906 907 908 909 910 911 912 913 914 915 916 917 918 919 920 921 922 923 924 925 926 927 928 929 930 931 932 933 934 935 936 937 938 939 940 941 942 943 944 945 946 947 948 949 950 951 952 953 954 955 956 957 958 959 960 961 962 963 964 965 966 967 968 969 970 971 972 973 974 975 976 977 978 979 980 981 982 983 984 985 986 987 988 989 990 991 992 993 994 995 996 997 998 999 1000 1001 1002 1003 1004 1005 1006 1007 1008 1009 1010 1011 1012 1013 1014 1015 1016 1017 1018 1019 1020 1021 1022 1023 1024 1025 1026 1027 1028 1029 1030 1031 1032 1033 1034 1035 1036 1037 1038 1039 1040

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Уральский государственный педагогический университет»
Институт педагогики и психологии детства

ОТЗЫВ
руководителя выпускной квалификационной работы

Тема ВКР Развитие когнитивных способностей старших дошкольников на основе дифференцированного подхода

Студентка Волкова Ксения Михайловна, обучающаяся группы ДД-63

Тема работы Ксении Михайловны отражает необходимость развития когнитивных способностей старших дошкольников в образовательной работе на современном уровне развития данного физического качества, поскольку целенаправленное развитие когнитивных способностей оказывает стимулирующее влияние на формирование таких высших психических функций, как произвольное внимание, память, мышление, воображение.

Студентка при подготовке выпускной квалификационной работы корректно определила цель и задачи своей деятельности, последовательно их решая при проведении исследования. Автор на основании изученной научно-методической литературы выявляет причины появления проблемы недостаточного уровня развития когнитивных способностей у дошкольников, рассматривает возможные пути их решения на основе применения дифференцированного подхода.

В процессе написания ВКР студентка проявила такие личностные качества, как самостоятельность, добросовестность, корректность, высокий уровень ответственности.

Ксения Михайловна работала в соответствии с графиком написания ВКР, систематически консультировалась с руководителем, учитывала замечания и рекомендации. Показала высокий уровень работоспособности и прилежания, проявила инициативу, отстаивала свою точку зрения.

Автор продемонстрировал умение делать обоснованные выводы из проведенной работы, умение использовать научную литературу профессиональной направленности. Работа выполнена полностью самостоятельно, автор опирается на собственный опыт работы с детьми старшего дошкольного возраста. Исследование проводилось на базе детского сада № 498 г. Екатеринбург.

Содержание ВКР систематизировано, есть все необходимые разделы, имеется введение, отражающее основные положения параграфа, глава ВКР. В тексте автор главы работы вполне опирается на анализ полученных результатов, размещены таблицы и рисунки. Заключение соответствует с заданием исследования. В работе есть приложения, в которых содержатся основные методические материалы по теме исследования.

ОБЩЕЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Выпускная квалификационная работа студентки Волковой К.М. соответствует требованиям, предъявляемым к квалификационной работе выпускника Института педагогики и психологии детства УрГПУ, и на рекомендуется к защите.

Руководитель ВКР:

Михайлова И.А.

заведующий кафедрой Педагогическая психология

Подпись _____

Дата 07.06.2024